

## MEMAHAMI ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD) DAN KESANNYA TERHADAP SIKAP INDIVIDU DI TEMPAT KERJA

Haji Ahmad Sukarno Bin Saini

Jabatan Agama Islam Sarawak

Dr. Fatahyah Yahya

Fakulti Sains Kognitif dan Pembangunan Manusia

Universiti Malaysia Sarawak (UNIMAS)

### Pengenalan

"Don't judge the book by its cover". Frasa ini sudah tidak asing lagi dan sering dikaitkan dengan penilaian kita terhadap personaliti seseorang dengan menilai dari segi luaran sahaja. Seringkali penilaian kita terhadap seseorang, tersasar kerana kita terlalu cepat membuat penilaian terhadap seseorang tanpa mengenali mereka dengan lebih rapat lagi. Antara mangsa penilaian yang melulu terhadap personaliti individu ialah di kalangan mereka yang mengalami "*Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD)*". Apakah ADHD? Mungkin ramai dalam kalangan masyarakat belum mengetahui apakah yang dikatakan ADHD dan tidak dapat mengenali seseorang yang ada simptom ADHD dan terus melabel mereka sebagai, pelik, bermasalah disiplin, malas dan pelbagai lagi stigma yang diletakkan kepada mereka yang ada ADHD. Stigma tersebut telah membutakan pelbagai pihak untuk memahami isu-isu dan permasalahan sebenar yang dihadapi oleh individu ADHD. Realiti sebenar ADHD ialah masalah kecelaruan fungsi-fungsi eksekutif yang disebabkan oleh ketidaknormalan neurobiologi pada struktur otak dan neurotransmitter. (Thomas E. Brown).

### Definisi ADHD

Mari kita mengenali dengan lebih dekat lagi apakah yang dikatakan ADHD? Merujuk kepada DSM V, ADHD merupakan gangguan kesihatan mental yang merangkumi gabungan masalah yang berterusan, seperti kurang tumpuan, hiperaktif dan kelakuan impulsif dalam pelbagai situasi / setting seperti di rumah, di sekolah, di tempat kerja dan juga di tempat awam. Gangguan jenis ini sering didapati dalam populasi kanak-kanak dunia berbanding gangguan lain. (W.Burleson Daviss, 2008) ADHD terbahagi kepada tiga kategori, iaitu jenis *hiperaktif-impulsif*, jenis *inattent* (tidak menumpukan perhatian), dan akhir sekali jenis gabungan *hiperaktif-inattent* dan *inattentif*. (Hilton, M.F.et.al). Simptom ini boleh mempengaruhi seseorang individu dari pelbagai aspek dalam kehidupan termasuklah aspek sosial, ekonomi prestasi akademik atau kerjaya, emosi dan lain-lain lagi. Simptom ini bermula pada awal kanak-kanak lagi dan berterusan sehingga ke alam dewasa. Namun, dalam sesetengah kes, ADHD tidak dikesan atau didiagnos sehinggalah seseorang itu telah meningkat dewasa. Apabila meningkat dewasa, sesetengah simptom seperti *hiperaktif* mungkin berkurang, namun masalah kurang tumpuan dan impulsif akan terus berlanjutan dan mereka terpaksa berjuang dengan kekurangan ini. Gejala:





# **Buletin**

## **Psikologi & Kaunseling**

### **Perkhidmatan Awam Negeri Sarawak**

**Bil 2 Tahun 2019**

